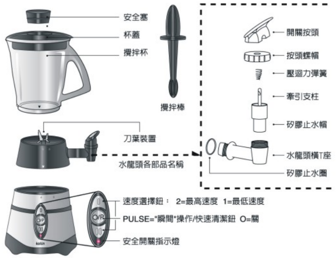
各部品名稱



產品規格

型　號	JE-R200	品名	全營養生機調製機
額定電壓／頻率	110V/60Hz	重量	約4.8kg
額定消耗電功率	430W	容量	1.7公升
體積	寬25cmx長19cmx高50cm		

使用方法

1.準備材料

●切成可裝入玻璃杯之大小。

2.將材料倒入玻璃杯後，務必確實蓋好上蓋並將玻璃杯正確放入杯座中。

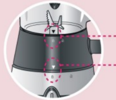
⚠注 意

請務必確認蓋子確實蓋上玻璃杯。

欲倒入之材料或水量，請勿超過玻璃杯之最大刻度(1.5公升)。

※材料避免超過玻璃杯最大刻度1.5l，則可避免溢出之可能性。

3.欲插上電源插頭時，請務必確認開關處於「關」之狀態。



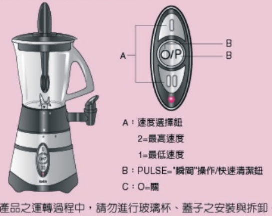
⚠注 意

請務必確認產品外觀上之"▼"和"▽"皆須確實對準安裝於產品主體安全開關之上。

使用方法

4.操作開關進行調理。

●玻璃杯座請務必卡緊在產品主體之上。



A：速度選擇鈕
2=最高速度
1=最低速度
B：PULSE="瞬間"操作/快速清潔鈕
C：O=關

5.在本產品之運轉過程中，請勿進行玻璃杯、蓋子之安裝與拆卸。

6.馬達沒有動作或運轉速度極為緩慢，以及出現大型振動現象或發出異常聲音時，請暫時關閉電源，減少材料份量，或再將材料切小一點。

7.馬達運轉中如欲加入材料或調味品時，請打開杯蓋上之量杯加入即可。

8.避免使調製機空轉。

9.請勿直接攪碎冰塊(以免損壞刀片)，如需要攪碎冰塊時，請加入少許水一起運轉。

10.調理時間請依據材料之狀態進行調整。

11.本產品之瞬間開關只在押的狀態方進行運轉，一旦放開將自動停止。

使用安全說明

1.除了維修技術人員以外，嚴禁分解、維修以及改造本產品。
●否則有可能因此起火，或因不當舉動而導致受傷。
●電源線損壞時，必須由製造商或具有類似資格的人員更換以避免危險。

2.切勿在刀片或旋轉主體外露的情況下進行運轉。●有可能因而導致受傷。
3.本體切勿碰水。●有可能因而觸電或發生短路現象。

4.切勿讓孩童單獨使用，或在孩童伸手可及之處使用本產品。

5.在本產品運轉過程當中。切勿打開蓋子，或將手指、湯匙、筷子等非調理材料放入容器或材料投入口之中

1.本產品連續運轉時間請以3分鐘為限，如欲反覆使用，請先停止2分鐘，再進行下一次之運轉。

2.使用本產品時，請勿直接冰熱交替使用，避免溫差過大而導致玻璃杯破裂的可能性發生。

清潔與保養

●保養本產品時

⚠警 告	⚠注 意
●請務必使用碗盤用洗潔劑、柔軟布料或海綿保養本產品。 ●金屬製刷子、尼龍製刷子、去污粉、稀釋劑、揮發油等清潔用品有可能毀損產品主體之表面結構。	●切勿使用烘碗機烘乾本產品。(為了防止樹脂零件發生變形現象) ●保養本產品之前，請務必拔掉電源插頭。否則有可能因而觸電或發生短路的現象。 ●本產品之刀片極為鋒利，故保養時請務必小心，否則有可能因而受傷。

清潔與保養

●本產品之方式保養

1.玻璃杯

◆要清洗粘附在玻璃杯上的果渣時，可在杯內注入約1/3的水或溫水，將蓋子蓋緊，然後啓動馬達數秒即可。

2.刀座部分

●要清洗刀座時，請依照圖示將杯身與刀座拆卸下來。註：用手固定刀座，將杯身逆時針旋轉

●保養刀作各部份構造時，請千萬小心以免割傷。

●刀座清洗完畢後請依照圖示正確安裝。

3.水龍頭之保養

●保養水龍頭時可如圖(一)拆卸下來用水清洗。

●將水龍頭拆下下來後可如圖(二)將水龍頭細部清洗。

註：拆卸時請先依逆時針方向旋轉按頭螺帽，即可拆卸水龍頭。

●水龍頭橫T座可用細小(軟)刷子清洗

3.產品主體

●請以擰乾之抹布進行擦拭。

4.電源線

●請以乾燥之柔軟布料擦拭沾附於電源線上之污垢。

飲料冰品食譜

■需要準備的工具

攪 拌 棒：本產品已附之配件。

量　　杯：以有c.c.刻度的為佳(本產品杯蓋上之量杯即可)。

果 汁 機：一個馬力與刀片都很強的全營養生機調製機，可以攪碎冰塊。

其　　他：食譜所需材料，以及一個好心情！

※製作冰沙基本操作方式

把所有材料準備好並放入果汁杯內後，蓋上杯蓋(安全卡榫確實扣上，否則啓動開關無法動作)，當一切都就緒好之後，請先用瞬間開關來回轉個5~10下，再切到慢速攪碎，轉個10秒-20秒(若呈現不動狀況，可用攪拌棒攪拌一下即可)，最後再切到高速使材料充份攪拌均勻即可。

※注意：因為攪拌程度的關係，若時間過久會變成冰成份與水成份分離的情形，所以一定要注意，一旦攪勻就要停止運轉。

《芒果冰沙》

黃色的芒果是夏天的恩賜。聞時清香、入口即化為口感濃郁的果肉，遇上各式料理就成了酸酸甜甜的好滋味。芒果含豐富的β胡蘿蔔素和維生素C，而成熟的芒果的β胡蘿蔔素特別容易被人體吸收，轉化為維生素A，可保護眼睛的視力和視網膜。而芒果也是夏日冰品新寵兒，許多人為了嚐一口金黃色的清涼，而甘願大排長龍。其實我們介紹的芒果冰沙DIY不但熱量較低且經濟實惠，快做一杯試試看吧！

材料：芒果……1個(果肉約250g)
低脂鮮乳………………2杯
冰開水…………………半杯

做法：<1>芒果去皮取果肉，加上鮮奶，倒入調製機打成芒果汁牛奶。
<2>倒入製冰盒，入冷凍庫結成芒果冰塊。
<3>取出芒果冰塊及冰開水半杯倒入調製機，然後啓動依照前述製作冰沙基本操作方式打勻成冰沙，即可享用低熱量的冰沙。

飲料冰品食譜

《芒果冰沙》

材料：原味優格………………60g
檸檬汁………………30c.c.
檸檬果………………果粒1/4
果糖…………………60c.c.
冰塊…………………300克
冷開水………………60c.c.

做法：<1>將檸檬對切去籽，3/4粒壓汁，1/4粒取出果粒備用。
<2>冰塊用厚塑膠袋包好，以木棒或鐵器將冰塊敲碎。
<3>將全部材料倒入調製機中，然後啓動依照前述製作冰沙基本操作方式打勻成冰沙即可。

《香蕉優格冰沙》

材料：原味優格………………1盒
香蕉…………………1根
鮮奶油………………50c.c.
牛奶…………………50c.c.

做法：<1>除牛奶外，先將所有材料倒入調製機中打成香蕉優格。
<2>倒入製冰盒，放入冷凍庫結成香蕉優格冰塊。
<3>取出香蕉優格冰塊及牛奶50c.c.倒入調製機中，然後啓動依照前述製作冰沙基本操作方式打勻成冰沙即可。

《法式焦糖鳳梨冰沙》

材料：中型鳳梨………………1/2個
(先切除中心纖維較粗部分)
砂糖…………………2大匙
檸檬………1/2個(榨汁備用)
砂糖…………………30公克
熱水…………………25c.c.
蘭姆酒………………1大匙
冰開水………………25c.c.

做法：<1>鳳梨切丁，與糖、檸檬汁一起放進調製機中打成果泥。
<2>將鳳梨果泥倒進製冰盒內冷凍3小時以上。
<3>取出鳳梨泥冰塊，及冰開水25c.c.倒入調製機中，然後啓動依照前述製作冰沙基本操作方式打勻成冰沙，裝入容器內冷凍3小時以上。
<3>結凍的鳳梨冰沙以冰淇淋杓或湯匙挖成球狀，淋上焦糖醬即可食用。

焦糖作法：空鍋放入砂糖及一小匙水(份量外)，開中火加熱，至糖融化成焦褐色後熄火(過程中不需攪拌)，立即加入熱水，後放涼加入蘭姆酒拌勻即成。

飲料冰品食譜

《豐胸瘦身纖冰沙》

牛奶可使肌膚美白，花生有豐胸之功用，而草莓是健康水果，此冰沙很適合年輕女性飲用。

材料：花生……………………半杯
草莓……………………1盒
檸檬汁…………………1大匙
水………………………半杯
冰塊……………………1杯
蜂蜜……………………2大匙
龍鳳果…………………6顆
鮮牛奶…………………半杯

做法：<1>將草莓去蒂洗淨，和其他材料都準備好。
<2>將所有材料倒入調製機中打勻成冰沙，然後啓動依照前述製作冰沙基本操作方式打勻成冰沙，即可飲用。

《豐胸瘦身纖冰沙》

材料：鮮奶油…………………3盎司
摩卡冰沙粉…………12公克
榛果糖漿………………1大匙
冰塊……………………1杯

做法：將全部材料倒入調製機中，然後啓動依照前述製作冰沙基本操作方式打勻成冰沙即可。

《咖啡冰沙 GRANITA》

材料：熱咖啡………………75c.c.
煉奶…………………25c.c.
牛奶…………………60c.c.
冰塊…………………1杯

做法：將75c.c.的咖啡與25c.c.的煉奶調勻倒入調製機，然後加入60c.c.的牛奶以及將近1杯的冰塊。然後啓動依照前述製作冰沙基本操作方式打勻成冰沙即可。

《巧克力咖啡冰沙 MOCHA-GRANITA》

材料：熱咖啡………………75c.c.
巧克力漿……………25c.c.
牛奶…………………60c.c.
冰塊…………………1杯

做法：如同咖啡冰沙一樣，只是將煉奶換成巧克力漿即可。將75c.c.的咖啡25c.c.的巧克力漿調勻倒入調製機然後加入60c.c,的牛奶以及將近1杯冰塊然後啓動依照前述製作冰沙基本操作方式打勻成冰沙，倒入杯中後再淋上巧克力漿即可。

健康養生食譜

本機亦可調理精力湯及豆漿等健康養生飲品。

《精力湯》

現代人由於飲食太過精緻化的結果，導致過多營養囤積體內，造成惡質化的傷害，因此，對身體健康和身體環保的觀念日趨強烈，將飲食習慣回歸自然才是徹底強化身體免疫功能、預防慢性疾病的根本良方，為呼籲民衆多飲用健康無污染的飲品，應強調健康從飲食開始，鼓勵民衆身體環保DIY，「精力湯」是由多種民間日常可見的草藥，再綜合水果榨汁提煉而成，這些日常可見的蔬果藥草，都是我們體內環保的小尖兵，對我們體內具排毒最小單位的腎小管絕對不會造成傷害，並可加強分解和排除體內毒素與多餘脂肪，對降低膽固醇、清除腸胃廢物，尤其具有減肥功能，是現代人的最愛。

效能：

由於精力湯是藥草蔬果汁，除了蔬菜本身就有增強體力、加速體內新陳代謝之功效外，更可增強身體免疫系統、預防疾病產生，同時對清肝解毒以及分解不必要的脂肪，以達減肥的效果，因有藥草之成份，更可治療多種慢性疾病或病症、如糖尿病、腰酸背痛、便祕等。

材料:(一人份打成汁共200c.c.)

材　料	份　量	營 養 成 份
石蓮花	1.0 OZ	維生素B1、B2、D、E、蛋白質，有機酸
地瓜葉	0.5 OZ	維生素、D、E抗菌素、單寧
麥芽草	0.5 OZ	維生素A、B、C
苦　瓜	1.0 OZ	維生素B6、C、葉酸、菸鹼酸
哈蜜瓜	1.0 OZ	高量的維生素A、C及纖維素
蘋　果	1.0 OZ	維生素A、C、蘋果酸、酒石酸、班多生酸、枸櫞酸
奇異果	0.7 OZ	維生素A、C、鈣、磷
芭　樂	1.0 OZ	維生素A、B、C、鈣、磷、鐵
檸　檬	0.3 OZ	維生素C、檸檬素、草酸鈣、果膠

做法：<1>將所有材料洗淨。
<2>將全部材料切成小塊倒調和機中，然後啓動依照「製作冰沙基本操作方式」打勻即可。
<3>每日飲用一次即可。

健康養生食譜

《豆　漿》

材料:黃豆、開水、少許糖。

做法：<1>把買回來的黃豆泡水(至少8小時後)
<2>把泡過水的黃豆蒸熟後，加上適量的開水及適量的糖，豆與水的比例一比十或一比九(可依個人口味調整)，然後倒入調和機中，啓動依照「製作冰沙基本操作方式」打勻即可。

依個人口味補充:
<1>可加以過濾亦可不過濾。
<2>可加少許鹽，但不能加多。
<3>可再加熱，若不加熱亦可飲用。

緊急處理對策

1.萬一本產品發生異常時請關掉電源，再將電源線插頭拔掉。

2.假如內部機件發生故障時，請送至本公司各地服務站，本公司將提供熱忱之售後服務。

備註：

※電源線損壞時，必須由製造廠或其服務處或具有類似資格的人員更換以避免危險。

維修服務電話

本產品委託　仕華國際有限公司　售後維修服務
地址：台北市松山區塔悠路231號1樓
服務專線：(02)2747-7171

歌林股份有限公司
台北市重慶南路一段86號10樓...........TEL:(02)2314-3151
進口商：仕華國際有限公司　台北市松山區塔悠路231號1樓　TEL：(02)2747-7171
產地：中國

kolin

歌林全營養生機調製機

JE-R200

使用說明書

● 謝謝您的惠顧，使用前請詳細閱讀本說明書。
● 本產品附有保證書，請妥善保管，享受服務。